



Weiter Blick über die größte Ebene Kretas

Messará-Ebene und Südküste

In der südlichen Inselmitte liegen einige der populärsten Ziele Kretas, die von Iráklion aus in weniger als zwei Stunden zu erreichen sind.

Die ausgedehnte Kulturlandschaft der Messará-Ebene (Mesa ra = Ebene unter der Sonne) ist 40 km lang und bis zu 12 km breit. Wie ein mächtiger Keil liegt sie zwischen den Berghängen und verjüngt sich nach Osten allmählich, bis die Hänge der *Dikti-Berge* eine Barriere auftürmen. Zur Libyschen See im Süden bilden die *Asteroúsia-Berge* einen natürlichen Windschutz. Beste Voraussetzungen also für eine landwirtschaftliche Nutzung. Vor allem endlose Olivenbaumpflanzungen bestimmen das Bild, ein Großteil des kretischen Olivenöls wird hier hergestellt.

An der Küste liegen teils kilometerlange Strände und malerische Buch-

ten, am bekanntesten ist der *Komós Beach* am westlichen Auslauf der Ebene zum Meer. Die Badeorte *Mátala*, *Kalamáki* und *Agía Galíni* ziehen hier alljährlich viele tausend Besucher an, der legendäre ehemalige Hippietreff *Mátala* ist außerdem weltberühmt wegen seiner prähistorischen Höhlenwohnungen. Zudem findet man in den Bergen der Umgebung zahlreiche reizvolle Ausflugs- und Wandermöglichkeiten.

Geschichte

In der Antike war die Messará die Kornkammer Kretas. Bereits in minoischer Zeit begünstigte die große, fruchtbare Ebene die Entstehung bedeutender



Zentren – die Paläste von *Festós* und *Agía Triáda* sind die wichtigsten Relikte, dazu kommt der Hafen von *Komós*. *Festós*, der große Palast der Minoer, thront auf einer der wenigen Anhöhen der Ebene, der Blick rundum ist herrlich. Die Römer bauten dann

Górtis zur prunkvollen Inselhauptstadt aus. Das ausgegrabene Ruinenfeld bei *Ágii Déka* vermittelt noch heute einen Eindruck vom damaligen Reichtum.

Zu den verschiedenen Anfahrtsrouten von Iráklion → S. 91 ff.

Der Osten der Messará-Ebene

Im Gegensatz zum Westen ist der Osten touristisch wenig entwickelt. Die Strände sind großteils nur über langwierige, aber mittlerweile durchweg asphaltierte Zufahrten hoch über die *Asteroúsia*-Berge zu erreichen. Aber auch in diesen abgelegenen Küstendörfern sind in den letzten Jahren zahlreiche Neubauten entstanden.

Eine gut ausgebaute Durchgangsstraße verbindet die Landwirtschaftsdörfer zwischen Wein- und Olivenplantagen – ohne Probleme kann man von der Messará-Ebene durch die Ausläufer der *Dikti*-Berge in den Südosten der Insel fahren und umgekehrt. Busse befahren diese Route allerdings nicht, nach *Irápetra* muss man den Weg über *Ágios Nikólaos* nehmen.

Pírgos, der Hauptort der östlichen Messará-Ebene, wird von Touristen kaum besucht. Es gibt eine Geschäftsstraße mit mehreren Kafenia und Restaurants, einige Besitzer sprechen recht gut Deutsch. Jeden Dienstag findet ein Markt statt.

Größter Badeort ist *Tsoútsouros* am östlichen Ende der Ebene. Von *Káto Kastellianá* führt eine asphaltierte Straße hoch auf den rauen Kamm der Küstenberge und senkt sich in steilen Serpentinaen zum Meer.

Tsoútsouros

Tsoútsouros ist vor allem bei Griechen als Urlaubsziel beliebt. Jede Menge Neubauten drängen sich in eine weite

Bucht, zahlreiche Unterkünfte, Tavernen und Bars warten auf Urlauber.

Die lange Promenade bietet viel Platz für Spaziergänge und es gibt zwei gute Strände, die zusammen mehr als 1 km lang sind – einer liegt im östlichen Ortsbereich, der andere zieht sich mit schattigen Tamarisken westlich vom graffitibemalten Fischerhafen entlang der separaten Bucht *Agía Paraskeví*, wo ein eigener Ortsteil entstanden ist.

In letzterer Bucht liegt hinter den Häusern, nur 80 m vom Meer entfernt, eine antike Kulthöhle, die der *Eileithýia*, der Göttin der Fruchtbarkeit und Geburtshilfe, geweiht war. Die Opfergaben, die man hier gefunden hat, stammen hauptsächlich aus dem 7. Jh. v. Chr. (eine weitere *Eileithýia*-Höhle gibt es in der Nähe von Iráklion, S. 72). Grundmauern der mykenischen Siedlung *Ínatos*, die in engen Handelsbeziehungen zu Ägypten stand, sollen im Wasser vor der Küste zu sehen sein. Außerdem gibt es Ausgrabungen aus byzantinischer Zeit im Westteil der Bucht um den Bach *Míndris*.

Übernachten Fedra (Faidra) Apartments, am Ostende von *Tsoútsouros*, direkt an der Strandstraße. Prima Lage mit Meerblick, von *Morfoúla* und *Manolis* sehr nett geführt. Apt. ca. 50–70 €. ☎ 28910-92311, www.faidrasapartments.com.

Michalis, zentrale Lage an der Uferstraße, kurz vor dem Fischerhafen, alteingesessene Taverne mit Zimmervermietung, freundliche Besitzerin *Maria*, Zimmer etwas klein, aber okay. DZ ca. 35–50 €. ☎ 28910-92250.



Serpentinenfahrt nach Tsoútsouros

Venetia, wenige Schritte weiter, schlichte, aber geräumige Zimmer mit Kochnische und Bad. Unten im Haus die Kafeteria „Gianna“ mit recht ordentlicher Küche. DZ ca. 35–50 €. ☎ 28910-92258, www.venetia-rooms.gr.

Lytos, das letzte Haus am Hafen, geräumige Apartments mit großen Balkonen, nettes Besitzerohepaar. Apt. ca. 50–70 €. ☎ 28910-92321, www.hotellytos.com.

Edelweiss, neueres Haus am Strand westlich vom Fischerhafen, Zimmer mit Kühlschrank, rundum laufende Balkone, schöner Meerblick, Liegen am Strand inbegriffen. DZ/F ca. 40–60 €. ☎ 28910-92451.

Essen & Trinken Mehrere Tavernen liegen an der Uferpromenade, überall sitzt man schön mit Meerblick.

Zorbas, im östlichen Buchtbereich, gutes Essen beim netten Wirt Kostas. ☎ 6974-491368.

Sarakina, an der Uferpromenade, darunter der Strand. ☎ 28910-92233.

Inatos, ebenfalls gute, allerdings etwas teurere Fischtaverne im Hafen, auch Zimmervermietung. ☎ 28910-92224.

Umgebung von Tsoútsouros: Ein interessanter Ausflug führt von der Westbucht auf einem malerischen Küsten-

wanderweg in die etwa 2 km entfernte Bucht von *Maridáki* am Ausgang der *Ligiofáranho*-Schlucht. Einige Häuser gruppieren sich um den kleinen Kiesstrand, am Bachlauf hinter dem Ort stehen hohe Platanen.

Man kann noch weiterlaufen bis zum etwa 3 km entfernten *Kloster Ágios Nikitas* mit üppiger Vegetation und einer freskenbemalten Höhlenkirche über einer einsamen Badebucht, die zwischen steilen Felsen eingelagert ist. Kurz zuvor passiert man das Denkmal für die *Argo II*, ein Fischerboot, mit dem Partisanen am 17. September 1941 die abenteuerliche Überfahrt nach Ägypten machten, um die griechische Exilregierung auf die schwierige Lage der kretischen Widerstandskämpfer aufmerksam zu machen. Diese konnten daraufhin nach Ägypten evakuiert werden.

Östlich von Tsoútsouros ist die 10 km lange Küstenstraße nach *Keratókambos* vollständig asphaltiert. Schöne Fahrt entlang des menschenleeren Kiesstrands von *Kaboulá*, an den noch

zahlreiche unbebaute Grundstücke grenzen (→ Ostkreta S. 351). Kurz vor Kastrí liegt der wildromantische *Listís Beach*. Ein steiler Pfad führt hinunter zum Kiesstrand, parken kann man an der Straße.

Tris Ekklesiés

Abgelegener Küstenort mit Kiesstrand, am besten zu erreichen von Charákas über Paránimfi auf einer breiten, erst 2017 vollständig asphaltierten Serpentinstraße. Westlich vom Ort liegt ein langer Strand, an dem frei gezeltet werden kann. Es gibt einige wenige Tavernen und Privatzimmer, mittlerweile wird aber auch hier gebaut.

Etwas landeinwärts liegt auf einem Hochplateau das Dörfchen *Paránimfi*, noch vor wenigen Jahrzehnten Schauplatz eines archaischen Brauchs: Immer wenn ein Unglück drohte, umwoben die Frauen das kleine Dorf komplett mit einem Baumwollfaden. Ausgehend von der Kirche Ágios Andréas wurde dabei jedes Haus „umgarnt“.

Nach Süden hin fällt das Plateau von Paránimfi an einer Abbruchkante gut 500 m tief ab – eine eindrucksvolle Felslandschaft mit herrlichem Blick auf die weit unten liegende Küste, auch

Tris Ekklesiés ist zu sehen. Nach heftigen Regenfällen bilden sich hier mächtige Wasserfälle. Auch einige Ruinen von Wassermühlen stehen hier noch.

Kapetanianá

Ruhiges Bergdorf an der Südseite der Asteroúsia-Berge, 800 m hoch am Fuß des Kófinas (1236 m) gelegen, herrlicher Blick zum Libyschen Meer. Sein Namen hat der Ort von den „Kape-tánes“, den Anführern der kretischen Untergrundbewegung gegen die Türken. Tatsächlich handelt es sich um eins der Dörfer, die nie von den Türken betreten worden sind.

Kapetanianá ist erreichbar über eine 8 km lange Asphaltstraße ab *Loukia*. Es besteht aus einem Ober- und Unterdorf (Áno und Káto Kapetanianá), knapp hundert Menschen wohnen noch hier, die weitgehend von der Schaf- und Ziegenzucht und der Imkerei leben. Es findet kein Durchgangsverkehr statt, die Autos parken auf den Parkplätzen vor den beiden Ortsteilen. Im unteren Dorf steht die byzantinische *Panagia-Kirche* mit Fresken aus dem 14. Jh.

Die Umgebung ist ideal für Outdoor-Aktivitäten wie Wandern, Klettern und Mountainbiken. Die nächste Bademög-

Aktivurlaub im Süden Kretas

Kapetanianá ist ein guter Standort im touristisch noch gänzlich unberührten Gebiet um den Berg Kófinas. Seit vielen Jahren betreibt hier die aus Österreich stammende Luisa Schuschnigg ihre völlig ruhig gelegene „Berg-Pension“ **Kofinas** mit drei DZ und Gemeinschaftsküche. Aktivurlauber können reizvolle Wanderungen unternehmen und auch Mountainbiker und Kletterer finden reichhaltige Möglichkeiten. Leckere kretische Naturprodukte können bei Luisa jeweils nach der Ernte eingekauft bzw. bestellt werden: Olivenöl, Tomaten, Kapern, Honig, Meersalz etc. Falls Sie im Hause Schuschnigg unterkommen möchten, empfiehlt es sich, Zimmer vorzubestellen. Von Mitte Juni bis Mitte Sept. besteht auch die Option, den ganzen Gästetrakt bzw. Wohnbereich als Ferienhaus zu mieten. ☎ 6984-974365, <https://de.korifi.de>.



Idyllische Lage: Kloster Koudoumá unterhalb von Kapetanianá

lichkeit bietet der abgelegene Strand von Ágios Ioánnis, mit dem Auto in etwa 25 Min. über eine Schotterstraße zu erreichen.

Übernachten/Essen **Kofinas**, mit Vorbestellung kann man bei Luisa Schuschnigg in Áno Kapetanianá übernachten (→ Kasten).

Thalori Traditional Village, eine ganze Wohnsiedlung mit gelungen restaurierten Steinhäusern in Káto Kapetanianá, schöne Lage mit herrlichem Blick auf Berge und Meer (thálassa = Meer, óri = Berge), engagiert geführt von Markos und Popi. Die gemütlichen Studios und Apts. (alle mit Kamin) sind unterschiedlich groß, schöner Infinity Pool mit Blick, ausgezeichnete Taverne. Studio/Apt. ca. 80–110 €, Frühstück allerdings 12 €/Pers. ☎ 28930-41762, www.thalori.com.

Mein Tipp **To Vriskoumeno**, in Loukia (s. o.), lohnender Stopp bei der Anreise nach Kapetanianá, authentische Küche in ausgezeichnete Qualität. ☎ 28930-41579.

Kloster Koudoumá (Moní Koudoumá): schöne Lage in einer baumbestandenen Bucht einige Kilometer westlich von Tris Ekklesiás, zu Fuß zu erreichen ab Kapetanianá oder auf einer Serpentinpiste (robustes Fahrzeug nötig, aber

nicht unbedingt Allradantrieb) ab Stérnes hoch über die Asteroúsia-Berge, nah am höchsten Berg *Kófinas* (1231 m) vorbei. Das Kloster stammt vom Ende des 19. Jh. und wird noch von Mönchen bewirtschaftet. In den letzten Jahren wurde es grundlegend renoviert, vor allem die Panagía-Kirche erstrahlt in neuem Glanz. Der Strand ist an beiden Seiten von Felshängen mit Höhlen gesäumt, in der Umgebung lebten früher zahlreiche Eremiten.

Kófinas: mit 1231 m der höchste der Asteroúsia-Berge mit einem imponierenden Gipfel, auf dem ein minoisches Heiligtum entdeckt wurde (Funde im Arch. Museum von Iráklion). Am 14. September findet das Fest der Kreuzaufrichtung statt, eine feierliche Prozession steigt dann zur Gipfelkapelle Tímios Stavrós hinauf.

Ágios Antónios: In eine Felsengrotte wurde eine Kapelle hineingebaut, ein schöner Fleck ca. 45 Fußminuten westlich vom Kloster Koudoumá. Daneben liegt der Zugang zu einer Tropfsteinhöhle mit mehreren erfrischenden Süßwasserbecken.

Ágios Ioánnis: Die kleine Küstensiedlung auf dem pittoresken *Kap Pónta* ist auf einer mit etwas Vorsicht befahrbaren Serpentinpiste zu erreichen, die östlich von Kapetanianá abzweigt. Das namensgebende Höhlenkloster mit seiner freskenbemalten Kirche ist noch erhalten. Im Umkreis sind zahlreiche Ferienhäuser entstanden und es gibt zwei Tavernen. In der idyllischen Feinkiesbucht östlich vom Kap tummeln sich am Wochenende viele kretische Familien. Ein weiterer Strand liegt westlich des Kaps.

Wanderung von Kapetanianá zum Kófinas

Landschaftlich reizvolle, jedoch schattenlose Wanderung zum Hauptgipfel der Asteroúsia Berge, bei einer kurzen felsigen Passage sind Trittsicherheit und Schwindelfreiheit erforderlich.

GPS-Wanderung 2

Dauer Bis zum Gipfel ca. 2:30 Std., hin/zurück ca. 4:30 Std.

Streckenlänge 11 km

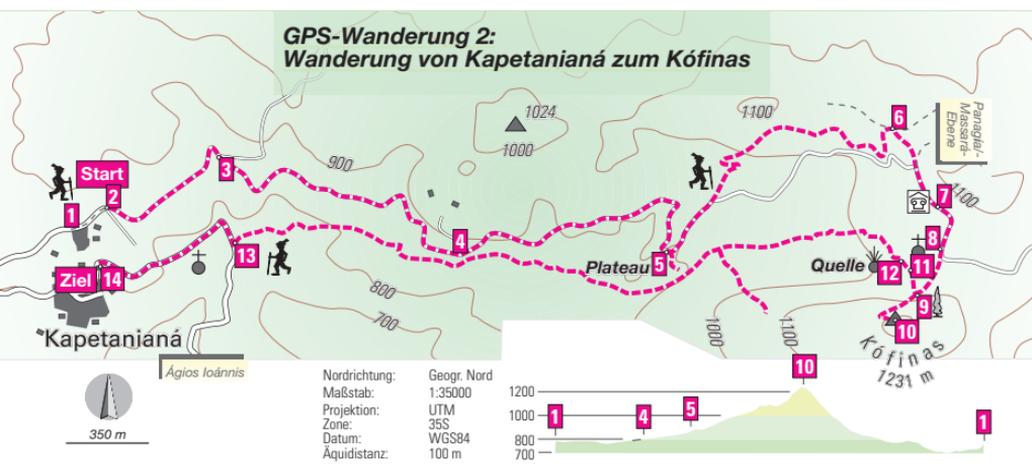
Höhenmeter Aufstieg/Abstieg: 580 m

Wegbeschreibung Vom Parkplatz in **Áno Kapetanianá** **1** wandern wir auf der Schotterpiste nach Stérnes auf den in Richtung

Osten liegenden Berg **Kófinas** zu. 150 m nach dem Dorf halten wir uns an einer Gabelung links **2**, rechts geht es zur Küste nach Ágios Ioánnis. Bei der zweiten Gabelung **3** halten wir uns rechts. Nach etwa 20 Min. kommt wieder eine Gabelung **4**, wir gehen geradeaus, bis wir vorbei an einer neueren Ausgrabung ein kleines Plateau erreichen **5**, wo die Piste einen scharfen Knick nach Nordosten macht (ca. 1 Std. ab Kapetanianá). Von hier aus sieht man bereits die steilen Felswände des Kófinas.

Wir wandern nun auf der **Schotterstraße** nach Norden, bis wir einen **Sattel** erreichen. Hier gibt es links einen Abzweig **6**, der nach Panagía in der Messará-Ebene führt, die wir nun imposant vor Augen haben. Wir steigen dagegen etwa 10 Min. scharf rechts den steilen Fahrweg hinauf, bis wir auf eine **Fahrstraße** treffen, der wir in Richtung Kófinas folgen. Rechter Hand sieht man eine eingezäunte **Ausgrabungsstätte** **7**. Bei einer Gabelung **8** gehen wir nicht zur Panagía-Kapelle, die etwas unterhalb des Sattels liegt, sondern folgen weiter dem Fahrweg bis zu den Felsen, wo der gut gekennzeichnete **Aufstieg** **9** auf den Kófinas beginnt. Er ist teilweise mit Holzgeländern und Stufen angelegt und führt durch felsiges Gelände, wobei man z. T. auch die Hände benutzen muss (eine Engstelle verlangt Schwindelfreiheit!). In ca. 20 Min. gelangen wir auf den **Gipfel** **10** mit herrlicher Aussicht auf die Südküste und das unterhalb liegende Kloster Koudoumá.

Auf dem gleichen Weg steigen wir wieder ab und gehen bei **8** über ein kurzes Geröllfeld



zur **Panagía-Kapelle 11**. Hier halten wir uns weglös nach links bergab zu einer **Quelle 12**. Von dort aus zieht sich ein Wasserschlauch in ein **Bachbett** hinunter, dem wir folgen. Es ist dicht mit Oleander bewachsen und die Wegführung wird hier etwas unübersichtlich, doch wenn man in der Nähe des Bachbetts bleibt, kommt man bald unterhalb der **Fahrstraße** an, auf der wir beim Hinweg gekommen sind. Hier kann man hinaufsteigen und auf dem bereits bekannten Weg zurückkehren.

Wir folgen jedoch dem Weg im Bachbett einen kleinen Hang hinunter, dann oberhalb der Felsabbrüche (nicht in den Schluchteinstieg hinunter) in westliche Richtung. Der Weg führt nun über einen Geröllhang in ein trockenes Bachbett. Nach wenigen Minuten erreichen wir auffällige **Felsplatten**, in die Kletterrouten gebohrt sind. Vor uns liegt nun ein kleines **Tal** mit wuchernder, teils dorniger Vegetation, das wir nach einem Zaun ein wenig mühsam durchqueren.

Kurz darauf stoßen wir auf einen **Schafstall** (Gatter öffnen und wieder schließen) und danach auf die **Fahrstraße** nach Ágios Ioánnis **13**. Wir gehen rechts hinauf und folgen ihr bis zu einer Gabelung. Dort gehen wir nach links und am Friedhof vorbei ins Dorf **Kapetanianá 14**. Eine willkommene Taverne

liegt an der Zufahrtsstraße, ca. 100 m westlich vom Parkplatz.

Tripiti

Eine panoramareiche Schotterpiste führt vom Dorf *Vasiliki* zu diesem schönen Strand am Ausgang der spektakulären Tripiti-Schlucht hinunter. Es gibt dort zwei Tavernen, freies Zelten ist möglich und auch Wohnmobile finden Platz.

Oberhalb des Strands liegen die Überreste einer 4000 Jahre alten *minoischen Siedlung*. Man kann Einheimische nach dem Weg fragen, es gibt aber auch ein Hinweisschild. Etwa 20–30 Min. muss man bergauf laufen, bis man hinter einem Felsen die kleine Ausgrabung mit Hausruinen und einer Menge Handmühlen findet, das Ganze mit wunderschönem Blick auf Strand und Meer.

Vor dem nördlichen Schluchtbeginn zweigt eine Piste nach Kapetanianá ab, nach Loutrá bei Léntas führt ein Wanderweg hinüber (→ S. 184).

Zentrum und Westen der Messará-Ebene

Hier ballt sich der Tourismus. Diverse archäologische Ausgrabungen zeigen, dass dieser Teil der Ebene schon im Altertum dicht besiedelt war. Nach Westen öffnen sich ein paar herrliche Sandstrände, einige der abgelegenen Strände im Süden nutzen die Kreter gerne zum freien Zelten.

Mátala mit seinen berühmten Höhlenwohnungen und das schon etwas außerhalb der Messará gelegene ehemalige Fischerdorf *Agía Galini* bilden die Zentren des Urlauberstroms. Von hier ist es nicht mehr weit nach Réthimnon und in den Westen Kretas. Doch auch die kleinen Badeorte wie *Léntas* und *Kalamáki* ziehen viele, meist junge Gäste an. Nicht auslassen sollte man außerdem nach Möglichkeit

eine Fahrt an den Hängen des Ída-Gebirges, das die Ebene nach Norden abschließt. Und sei es nur, um in *Zarós* die einzigen Forellen Kretas zu essen. Von dort kann man den Stausee *Límní Faneroméni*s erreichen.

Ágii Déka

Seinen Namen (Ágii Déka = zehn Heilige) hat das Dorf an der Durchgangs-

straße von den zehn christlichen Märtyrern, die Mitte des 3. Jh. n. Chr. im nahen Górtis um ihres Glaubens willen enthauptet wurden. Ihre Gräber sind am Ortsrand zu besichtigen.

Noch Anfang des 20. Jh. war Ágii Déka Bischofssitz, die schöne, alte Kirche mitten im Ort zeugt von der vergangenen Bedeutung. Größter Anziehungspunkt ist aber 1,5 km westlich vom Ort das Ausgrabungsgelände des antiken Górtis mit dem ältesten schriftlichen Gesetzestext Europas. Die Straße nach Míres führt mitten hindurch.

Sehenswertes

Pompíos, Euarestos, Satorninos, Theodoulos, Euporos, Gelasios, Zotikos, Basileidis, Eunikianos, Agathopous – etwas abseits der Durchgangsstraße am westlichen Ortseingang liegen die zehn Märtyrer begraben, die bei den Christenverfolgungen unter Kaiser Decius

(um 250 n. Chr.) hingerichtet wurden. Das weiß gekalkte Gewölbe mit den schlichten Grabstätten (sechs sind zu sehen, vier liegen innerhalb der Grundmauern) erstreckt sich unter einer gepflegten, kleinen Kirche mit schattigem Vordach. Diese wurde 1927 errichtet, als man hier die Knochen der Heiligen fand (→ Kasten). Von der Durchgangsstraße ist die Zufahrt kurz vor dem westlichen Ortseingang beschildert („Tombs Ágii Déka“).

Die *Hauptkirche* von Ágii Déka (beschildert mit „Church of Ágii Déka“) ist ein restauriertes Natursteingebäude mitten im Ort (keine Parkmöglichkeit). Bei Ausgrabungen hat man Grundmauern von einem älteren, wesentlich größeren Kirchenbau entdeckt. Einige Säulen sind davon noch erhalten, z. B. vor dem Hauptportal. Im Inneren gibt es eine schöne Ikonostase aus dunklem Zypressenholz von 1882. Einige ungewöhnliche, moderne Iko-

Der Teich von Ágii Déka: Eine Legende

Bis 1927 lag an der Stelle der heutigen Märtyrerkirche der kreisrunde Dorfteich, der als Viehtränke genutzt wurde. Das Kind einer Familie aus Réthimnon spielte oft hier. Eines Tages erschien ihm unter einem Feigenbaum eine schwarz gekleidete Frau und erzählte von den zehn Märtyrern, die von den Römern an dieser Stelle enthauptet worden seien. Das Kind glaubte die Geschichte nicht und bekam unvermittelt Schüttelfrost und hohes Fieber. Als der Anfall vorbei war, ging es wieder zum Teich. Abermals erschien ihm die Frauengestalt und wieder redete sie von den Märtyrern. Als das Kind tags darauf erneut fieberte, gingen seine Eltern zum Bischof, der damals hier seinen Sitz hatte, und berichteten ihm die seltsame Begebenheit. Dieser ließ im Sommer, als der Teich fast ausgetrocknet war, den Grund umgraben. Schnell fanden die Arbeiter die Knochen von zehn Menschen und eine Marmorplatte, auf der Knieabdrücke im Stein zu sehen waren – angeblich die Platte, auf der die Märtyrer bei ihrer Hinrichtung gekniet hatten. So legte man den Teich trocken, errichtete Gräber für die sterblichen Überreste und begann bereits im Dezember desselben Jahres mit dem Bau einer Gedenkkapelle an der heiligen Stelle. Das Austrocknen des Teichs gelang jedoch nur bedingt – noch heute steht die kleine Kirche im Winter oft unter Wasser.